



院内広報誌

こころの虹

OIKAWA HOSPITAL INFORMATION KOKORO no KAKEHASHI

●ホームページ URL <http://plaza24.mbn.or.jp/~oikawahp/> ●Eメール address oikawahp@ca.mbn.or.jp

編集・発行

医療法人 にゅうわ会

及川病院

〒810-0014

福岡市中央区平尾2丁目21-16

TEL 092-522-5411

及川病院のめざすこと、その役割と大切なこと。

《私たちがめざすこと》

当院は、医療サービス利用者から信頼され、安心して医療を受けていただける組織となるよう、医療の質の向上に努めます。

当院は、職員・医療スタッフがやりがいと喜びをもてる組織となるべく、日々学習する活動的な組織を目指します。

当院は、利用者の一日も早い回復、社会復帰を願い、住民から信頼され必要と望まれる、暖かい組織づくりを目指します。

《私たちの役割》

当院は、乳癌の診断から治療、緩和ケアまでを担う専門病院としての位置を確立し、女性の生涯にわたる心身の健康を総合的に守り、地域医療の推進と貢献に努めます。

《私たちがこころがけること》

私たちは、利用者のプライバシー保護に努め、プライドを傷つけることのないよう心を尽くします。

私たちは、診療内容などをわかりやすく説明し、理解・納得を得ることを心がけ、利用者自身の選択と自己決定を大切にします。

新及川病院、1月21日(水)、 全館で診療を始めます。

1年6ヶ月をかけて工事をしてまいりました新病院も、来年1月半ばに完成いたします。その間皆様には大変ご迷惑をおかけいたしました。完成後は当院の理念にのっとり、専門病院と地域医療を担う病院の使命を全うすべく職員一同力を合わせてまいる所存です。

新病院は、患者様のプライバシーを守ることを第一に考えて設計いたしました。外来は「乳腺外来待合室」と「一般外来待合室」を分けています。乳腺外来の中待合には個別の更衣室を設け、検査着に着替えていただいた後はそちらでお待ちいただけます。パウダールームも同じエリア内にありますので、待合室まで出なくても良いようになっています。

病棟も3階の一部屋のみ4床室で残りは全て個室になっています。4床室もベッドは壁で仕切られていますので、個室感覚でお使いいただけます。全てのお部屋に液晶テレビ・冷蔵庫・電話を備え、またインターネットの接続ポートがありますので、パソコンをお持ちいただきますとインターネットで情報を収集したり、ご家族とメールの交換ができます。

空調にも配慮して、4階は「デシカント空調」と呼ばれる強制的に外気との喚起を行う、病院としては全国でも珍しい設備を取り入れています。

周りがビルに囲まれている環境ですので、3階の真ん中に光庭を設けることにより、少しでも開放感を感じてもらえるようにしました。レストランと繋がっており、自由に出ることができます。

決して広い環境ではなく、まだまだまだ不十分ではありますが、限られた中で少しでも療養に良いものをとの気持ちで作ってまいりました。

全館開院前に一般の方に病院内を見ていただく「内覧会」を下記のように行います。

皆様の健康をお守りするため職員一同これからも力を合わせてまいる所存ですので、どうぞよろしくお願いいたします。

《内覧会のお知らせ》

●日時 平成16年1月17日(土)10時～17時

平成16年1月18日(日)11時～15時

●場所 新及川病院 2期工事部分(山荘通り側)



毎年10月は『乳がん月間』でさまざまなイベントが行われています。

患者様の日頃の不安や、当院への要望があれば…と、10月29日（水）

『主治医とお茶しましょう会』を開催しました。

当日は17名の患者様、ご家族の方に参加して頂きました。

医師への質問も多くあり、情報交換の場となりました。

入院中の不安、退院後も様々な疑問や不安を抱えており、このような会を続けてほしいとの要望や、また、患者様同士が、交流を深める場があれば…との意見もあり、『患者の会』を発足する事となりました。

今後は、患者様主体の会の開催となりますが、当院では可能な限りサポートしていきたいと思っております。

患者の会の中で『代替医療（健康食品）』が話題となりましたが、最近では、大豆に

含まれる【イソフラボン】が注目されています。

効果そのものより、実際に信じることで自体が病に立ち向かうことにもなるのかも知れません。



『みそ汁1日3杯、乳がん抑制』

厚生労働省調査

みそ汁を1日に3杯以上飲むと、閉経後の乳がんにかかる率が下がる。

厚生労働省の研究班(主任研修者・津金昌一郎国立がんセンター研究所がん予防研究部長)は9日、乳がんと大豆製品との関係をみた、こんな追跡調査の結果を発表した。

岩手、秋田、長野、沖縄の4県14市町村に住む40～59歳の女性21,852人を対象に、みそ汁や豆腐、納豆など大豆製品の摂取量と、乳がん発生率の関係を1990年から追跡し、疫学的に調べた。

その結果、みそ汁を1日に1杯飲むか飲まないかのグループが、閉経後に乳がんにかかる率を100とすると、3杯以上の場合の発生率は4割少なかった。また、大豆に含まれるイソフラボンの摂取量が多いほど、乳がんの発生率は低くなり、摂取量が最大のグループ（1日23.1～27.5mg）は、最小(同4.3～9.5mg)の半分以下だった。

ただ、豆腐や油揚げ、納豆などの他の大豆加工食品では、乳がんとのはっきりとした関連はみられなかった。

乳がんは、女性ホルモンであるエストロゲンが関係するとされ、イソフラボンは、このエストロゲンが体内で作用するのをブロックする働きがある。

主任研究者の津金部長(疫学・予防学)は、「みそ汁の飲み過ぎは塩分の取りすぎになる」と話している。（H15.9.10 朝日新聞）



健康教室

リハビリテーション科では今月（12月3日）より皆様の疾病予防や健康増進を目的とした健康教室を開催致しました。第1回目は膝痛予防の為に体操を行いました。今後、月に1回健康教室を開催致しますので奮ってご参加下さい。

1. 太ももの筋肉を鍛える運動



2. 股関節の外転筋を鍛える運動



3. 股関節の伸展筋を鍛える運動



4. 爪先の柔軟性を高める運動



5. ふくらはぎとアキレス腱を伸ばす運動



☆無理せず、自分のペースで少しずつ毎日の生活に取り入れて行うようにしましょう！

紅葉をもとめて

11月15日、まだ太陽も顔を出していない早朝5時に起床。いつもならあと2時間眠れるのにも思いながら顔を洗いそそくさと出発の準備を急ぐ。

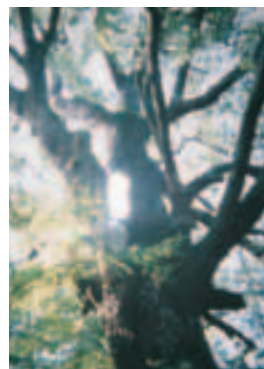
そう、今日は一年待った、「九年庵」に紅葉狩りに行く日なのである。「九年庵」とは、佐賀県神埼郡にあり佐賀の実業家・伊丹弥太郎が明治時代に9年の歳月をかけて築いて、1995年に国の名勝として指定され、11月15日～23日までの9日間しか公開されない期間限定の紅葉スポットなのである。その「九年庵」に昨年初めて訪れ、真紅の紅葉やカラシ色の楓に見取られて首が痛くなるまでずっと上を見ていたのを思い出す。昨年の紅葉の素晴らしさが忘れられず今年もつい早起きをしながらも足を運んでできてしまった。

午前9時過ぎ、気持ちも高まり九年庵へと到着。すでに長蛇の列ができています。受付で入場整理券を受け取り番号は3900番であった。昨年は一時間前に到着して300番くらいであったのに。少し油断してしまいました。待ち時間は約50分、のんびりと辺りを散策することにした。

仁比山公園の愛の掛け橋を渡り、猿回しをしているとのアナウンスが流れたので行ってみることにした。テレビの画面で見るのと同じ芸が目の前で行われている。近くで見ると迫力があり、サルなのであるからか親近感が沸いてきた。すっかりと芸に見とれていると、いつの間にか時間が近づいていた。少し小腹が空いたので周りの出店をみると温かそうなニュー麺があった。思わず「1杯ください!」と頼んでしまった。温かいニュー麺を啜りながら、番

号札を持った誘導の係員を見ると「3900」と表示してあった。ニュー麺を急いで口の中へとほうばり、急ぎ足で並んだ。

入口の「屏中門」まで約300m。友人と話しながら並んでいる途中で焼き銀杏をパクリ。昨年より早いペースで順番がまわってきた。「おかしいな?」と思いつつも「屏中門」をくぐる。くぐってみるとそこは昨年とは比べようもないほど青々とした紅葉や楓があった。「なるほど、そういうことか!」とわかった反面、せっかく早起きしてきたのに・・・、と思ってしまった。周り人と同様、色づきの少ない紅葉はあまり見ず足早に出口の「東門」へと向かった。気を取り直し、仁比山寺の方へとお茶を飲みに向かう。周りの話し声が耳に飛び込んでくる。「今年は残念だねえ、あまり色づき良くないよ。」と皆さんそう思っているのだなと思いながら茶菓子をお口へ運ぶ。来年こそは、期待通りの紅葉を見たいと「九年庵」への気持ちを募らせ帰りの路を歩いていった。



クリスマスディナーの1品にしてみてもいかがですか。 人参のポタージュ

■材料（1人分）

人参	60g	ソリX(固形)	1g
玉葱	3g	食塩	0.2g
残り御飯	1g	牛乳	80cc
生クリーム(乳脂)	5g	水	100cc
無塩バター	2g		



■作り方

- ① 人参、玉葱、残り御飯、コンソメ、食塩を水で軟らかくなるまでよく煮る。水は、少なくなったら足していく。最後は、ミキサーがかけられるだけの水分を残すぐらいに煮詰める。
 - ② ①をミキサーによくかける。
 - ③ ②をこす。
 - ④ ③に牛乳、生クリームを入れて、食塩で味を整える。
 - ⑤ ④をこし、バターを入れて切るように混ぜる。(出来るだけ食べる直前に)
- ★ 出来上がり。

(2度こすのは、口当たりをよくするため。面倒な人は1回で) ぜひ、お試しください。
応用編・・・かぼちゃ、カリフラワー、蕪、グリーンピース など